



## Nyhedsbrev august 2025 fra Næstved Lokalforening

Kære medlemmer i Diabetesforeningen Næstved Lokalforening.

Vores næste foredrag er tirsdag d. 9. september kl. 19.00 - 21.30 på Munkeboencentret, Farimagsvej 52, 4700 Næstved

Foredrag holdes af diætist Mona Jensby og omhandler anbefalinger vedr. sund kost og motion til diabetespatienter.

[Uddrag fra Mona Jensbys hjemmeside:](#)

Som aut. klinisk diætist, er jeg specialist i fødevarer og har derfor stort kendskab til, hvordan du kan spise dig rask. Jeg kan vejlede dig igennem processen fra syg til rask, og fra overvægt til normalvægt, samt vejlede dig i, hvordan du holder sygdommen væk for altid, og hvordan du kan holde dit blodsukker i balance.



Diabetes skal tages meget alvorligt, for det er en rigtig lumsk sygdom, som har så mange forfærdelige følgesygdomme. Ukontrolleret diabetes kan bl.a. forårsage hjertekarsygdomme, nyresygdomme, øjensygdomme og nervesygdomme.

Alt forskning viser at Type 2-Diabetes er mere arveligt, end først antaget. Hvis en af dine forældre er overvægtige og har Type 2, så er der 40 % risiko for at du også får det, hvis du selv er overvægtig. Hvis begge dine forældre er

overvægtige og begge har Type 2-Diabetes, så er risikoen 80%. Hvis dine egne børn så er overvægtige, ja så der stor risiko for, at du giver sygdommen videre til dine børn. Bl.a. derfor skal sygdommen, tages alvorligt."

**Pris: 25 kr. for foredrag - kaffe m.m.**

Tilmelding er nødvendig og skal ske **senest d. 6. september 2025 til Næstved Lokalforening pr. mail: [naestved@diabetes.dk](mailto:naestved@diabetes.dk) eller SMS på telefon til Kaj på tlf. +45 2112 9818**

Med venlig hilsen

**Bestyrelsen**  
**Diabetesforeningens Lokalforening i Næstved**

Mail: [naestved@diabetes.dk](mailto:naestved@diabetes.dk) - Telefon 2112 9818

Følg med og bliv opdateret på [vores hjemmeside](#) eller

Facebookgruppen: [Diabetesforeningen Næstved Lokalforening.](#)